



**4woman.gov**

800-994-WOMAN (9662)

888-220-5446 (TDD)

Centro Nacional de Información sobre la Salud de la Mujer

El Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE.UU. – La Oficina para la Salud de la Mujer



## Preguntas frecuentes acerca de la infección del VIH y el SIDA

### ¿Qué es el VIH y por qué necesito estar informada sobre él?

El SIDA – *síndrome de inmunodeficiencia adquirida*, es causado por un virus llamado VIH, *el virus de inmunodeficiencia humana*. El primer caso de SIDA en los Estados Unidos se vio en 1981 y actualmente es un problema importante en todo el mundo. Hemos escuchado mucho sobre el SIDA en las noticias a través de los años, y sobre el número de fallecimientos que ha ocasionado en todo el mundo, particularmente en las áreas más afectadas por la enfermedad como África. Se han difundido muchos mitos sobre el SIDA y es importante que todas las personas sepan la realidad acerca del VIH y el SIDA.

El VIH ataca, destruye y daña las células en el *sistema inmune* del organismo. Nuestro sistema inmune protege nuestros organismos contra las enfermedades e infecciones. Con el tiempo, el VIH debilita el sistema inmune de una persona, haciendo difícil el combatir las infecciones y ciertos tipos de cáncer. Las personas que tienen SIDA pueden enfermarse gravemente debido a ciertas infecciones que la mayoría de las personas sanas pueden combatir. Éstas se llaman *infecciones oportunistas (IO)* y pueden poner en peligro la vida. No existe cura para el SIDA y aunque los tratamientos pueden ayudar a algunas personas a controlar su enfermedad, el SIDA sigue siendo mortal.

Casi un millón de estadounidenses viven infectados con el VIH y una tercera parte de ellos ni siquiera sabe que la tenga. El VIH ha atacado con más fuerza a las mujeres afroamericanas e hispanas. Aunque ellas constituyen menos del 25 por ciento de las personas en los Estados Unidos, representan más del 77 por ciento de los casos de SIDA en mujeres.

### ¿Cómo se infecta una persona con el VIH? ¿Es verdad que una mujer embarazada o amamantando puede transmitirle el VIH a su bebé?

El virus del VIH se encuentra en los fluidos corporales – la sangre, el semen (el fluido que un hombre libera a través del pene cuando se excita sexualmente o tiene un orgasmo), fluidos vaginales (fluidos o secreciones de la vagina o canal del parto de una mujer), y la leche materna.

El virus puede entrar al organismo:

- Al tener sexo vaginal, anal u oral sin protección (significa no usar condón) con una persona que tenga el VIH. El virus puede entrar al organismo durante el acto sexual a través del revestimiento interior de la vagina (canal del parto), la vulva (“labios” o abertura de la vagina), el pene, el recto o la boca. El sexo anal sin condón es muy riesgoso debido a que el recto no se estira fácilmente (como la vagina), lo que hace más probable un desgarro o sangrado y facilita que se infecte con el VIH.

- Al compartir agujas, jeringas y otro equipo para inyección de drogas que tengan una pequeña cantidad de sangre de alguien con VIH. Esto se refiere al equipo usado para inyectar drogas ilegales (como heroína y cocaína) y legales (como esteroides, insulina y vitaminas.) Una persona también puede contraer el VIH por usar equipo para tatuajes o perforaciones en el cuerpo, y hojas de afeitar (rastrillos) que tenga sangre de alguien con VIH.
- Durante el embarazo, parto o amamantamiento de un bebé por parte de una mujer que tenga VIH. Durante el embarazo, el VIH puede transmitirse al feto a través de la placenta. El VIH también puede transmitirse al bebé durante el parto y a través de la leche materna al amamantar. Las mujeres que tienen VIH no deben amamantar a sus bebés. Una opción para una madre con VIH podría ser obtener leche de un banco de leche o una fórmula para infantes. Llame al Banco de Leche Materna al (919) 350-8599 para solicitar ayuda.
- Cerca de un 25 a 33 por ciento de todas las mujeres embarazadas que no toman el medicamento *zidovudine* (AZT) durante el embarazo le transmitirán el VIH a sus bebés. Tomar AZT cuando está embarazada y tener al bebé mediante una *cesárea* reduce al 1 por ciento las probabilidades de que una mujer le transmita el VIH a su bebé.
- Por entrar en contacto con sangre infectada. Antes de que se introdujeran las pruebas para detectar el VIH en la sangre donada y las técnicas de tratamiento térmico para destruir el VIH en los productos de sangre, una persona podía contraer el VIH por recibir transfusiones de sangre o productos de sangre infectados con el VIH. Debido a que hoy en día en los Estados Unidos toda la sangre se analiza para detectar el VIH, el riesgo de contraer el VIH por transfusiones de sangre es muy pequeño. Sin embargo, en algunos países no se hacen estos análisis de detección del VIH.

## ¿Puede contraer el VIH por hacer cosas como besar?

Se ha encontrado el VIH en la saliva de personas con VIH. No obstante, nunca se ha comprobado que el VIH se propague por contacto con la saliva, como al besar. Los investigadores tampoco han encontrado evidencia de que el VIH se propague con el sudor, las lágrimas, la orina o las heces.

Se han hecho muchos estudios con familias de personas que tienen el VIH. Todos han demostrado muy claramente que el VIH no se propaga por el contacto casual como compartir utensilios para comer, toallas y ropa de cama, piscinas, teléfonos o el asiento de la taza. El VIH no se propaga por picaduras de insectos como mosquitos, pulgas o chinches.

## ¿Cuáles son las señales de la infección del VIH? ¿Tienen los mismos síntomas las mujeres y los hombres?

Muchas personas no tienen síntomas cuando se contagian con el VIH. Pero algunas personas tienen síntomas como de gripe uno o dos meses después de haber estado expuestos al virus. Estos síntomas – fiebre, dolor de cabeza, fatiga, inflamación de los *ganglios linfáticos* (glándulas del sistema inmune que se encuentran en el cuello e ingle) a menudo desaparecen en una semana. Durante este tiempo, el VIH está presente en grandes cantidades en el semen y fluidos vaginales y es muy fácil transferir la infección a otra persona.

Todas las personas que tienen el VIH pasan por lo que se conoce como período de infección asintomático. Esto significa que la persona no tiene síntomas durante algún tiempo. Sin embargo, en este lapso pueden transferirle la infección a otra persona. El período asintomático varía enormemente de persona a persona. Algunas personas comienzan a tener síntomas en unos cuantos meses, mientras que otras pueden no tenerlos durante 10 años o más.

El VIH está activo en el organismo de una persona, incluso cuando no se presentan síntomas. El virus se multiplica, o crea más virus, y destruye más y más células del sistema inmune que combaten las infecciones (llamadas células T o CD4.) Con el tiempo, este proceso debilita el sistema inmune del individuo. El primer síntoma que muchas personas notan son los ganglios linfáticos agrandados (glándulas inflamadas), que podrían mantenerse dilatadas durante más de 3 meses. Otros de los síntomas que a menudo se experimentan por meses o años antes de la aparición del SIDA incluyen:

- Falta de energía o fatiga.
- Pérdida de peso.
- Fiebres ligeras frecuentes y sudoraciones nocturnas.
- Infecciones frecuentes por levaduras (en la boca.)
- Erupciones en la piel o piel escamosa difícil de eliminar.
- Pérdida de la memoria a corto plazo.

Las mujeres con VIH también pueden experimentar otros síntomas que ocurren con más frecuencia, pueden no responder al tratamiento o pueden ser más difíciles de curar, incluyendo:

- Infecciones vaginales por levaduras (candidiasis vaginal).
- Otras infecciones vaginales como vaginosis bacterial y ETS comunes como la gonorrea, clamidia y tricomoniasis.
- Las infecciones del virus del papiloma humano (VPH) pueden ocasionar verrugas genitales y provocar cáncer cervical.
- Las enfermedades pélvicas inflamatorias (EPI) o infecciones en los órganos reproductivos femeninos.
- Cambios en el ciclo menstrual, como la falta de períodos.

## ¿Qué es el SIDA?

El SIDA se refiere a las etapas más avanzadas de la infección del VIH. Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades definen el SIDA como estar infectado con el VIH y tener menos de 200 células CD4 y T por milímetro cúbico de sangre. (Los adultos sanos tienen recuentos de 1,000 ó más células CD4 y T.) El SIDA también incluye 26 diferentes condiciones, algunas de las cuales se llaman *infecciones oportunistas* (IO), o infecciones que normalmente no enferman a una persona sana. Las personas con SIDA pueden tener IO graves que pueden ser fatales debido a que sus organismos no combaten ciertas bacterias, virus y otros microbios. Las personas con SIDA también tienen más probabilidades de desarrollar cáncer, como el *sarcoma de Kaposi*, el cáncer de cérvix (la abertura del útero o matriz) y los *linfomas* (cáncer del sistema inmune.)

Los síntomas de IO comunes en personas con SIDA incluyen:

- Tos y falta de respiración.
- Convulsiones y falta de coordinación.
- Dificultad o dolor al tragar.
- Síntomas mentales como confusión y pérdida de memoria.
- Diarrea severa y persistente.
- Fiebre.
- Pérdida de la vista.
- Náuseas, calambres abdominales y vómito.
- Pérdida de peso y fatiga extrema.
- Dolores de cabeza severos.
- Coma.

## ¿Existe una prueba para detectar el VIH?

Los proveedores de cuidado médico pueden decirle si usted tiene el VIH haciéndole pruebas de sangre para ver si tiene *anticuerpos* (agentes que combaten las infecciones) del VIH en la sangre. Usted no puede saber si tiene anticuerpos del VIH en la sangre hasta 1 a 3 meses DESPUÉS de haber sido infectado. Y algunas personas pueden tardar hasta 6 meses para desarrollar los anticuerpos del VIH en la sangre. Si cree que ha estado expuesta al virus del VIH, lo mejor será hacerse una prueba lo más pronto posible. Pero recuerde que es posible que tenga que hacerse otra prueba, o que la prueba se repita, 6 meses después para asegurarse de que los resultados son precisos. Hable con su proveedor de cuidado médico acerca de hacerse una prueba y asegúrese de recibir asesoramiento antes y después de la misma. El asesoramiento le ayudará a obtener el tratamiento que necesita si sus resultados son VIH positivo, y también le ayudará a aprender cómo no transmitir la infección a otras personas. Si sus resultados son VIH negativo, el asesoramiento le ayudará a mantener esa condición de negativo al enseñarle lo que puede hacer para protegerse.

La prueba que se usa para detectar el VIH se llama prueba de *ELISA*. Si el resultado de esta prueba es positivo, invariablemente se hará una segunda prueba para confirmar el resultado. Esta prueba se llama prueba de *Western Blot*.

## ¿Cómo se trata la infección del VIH?

En 1981, cuando se presentó el primer caso de SIDA en los Estados Unidos, no había medicinas para combatir el VIH y había muy pocos tratamientos para las infecciones oportunistas (IO) y tipos de cáncer que ocurren cuando una persona tiene SIDA. Pero durante los últimos 20 años, los investigadores han desarrollado medicamentos para combatir tanto la infección del VIH como las IO y tipos de cáncer debido al SIDA. No existe cura para el SIDA y cuando una persona se infecta con el VIH, ésta necesitará tratamiento de por vida.

La Administración de Alimentos y Fármacos (FDA por sus siglas en inglés) ha aprobado diversos tipos de medicamentos para tratar la infección del VIH. Uno de los principales objetivos del tratamiento es impedir que el virus se duplique y reproduzca. Cuando se le permite al virus reproducirse, éste aumenta su presencia en el organismo de la persona, debilitando su sistema inmune. Con el tiempo, el individuo ya no puede combatir la infección y se enferma.

Algún grupo de medicamentos impide que el virus se duplique en las primeras etapas de su ciclo de vida. Estos medicamentos se llaman *inhibidores de la transcriptasa inversa de los nucleósidos o inhibidores TI*. Entre los inhibidores TI se encuentran la *zidovudina* (AZT), *zalcitabina* (ddC), *dideoxyinosina* (ddI), *stavudina* (d4T) y *lamivudina* (3TC.) Estos medicamentos pueden retardar la propagación del VIH en el organismo y retrasar la aparición de las IO.

Un segundo y más reciente grupo de medicamentos se denomina *inhibidores de la proteasa*. Estos impiden que el virus se reproduzca en etapas avanzadas de su ciclo de vida. Entre estos medicamentos se encuentran *ritonavir* (Norvir), *saquinavir* (Invirase), *indinavir* (Crixivan), *amprenavir* (Agenerase), *nelfinavir* (Viracept), y *Iopinavir* (Kaletra.)

Una dificultad al tratar la infección del VIH es que las personas con este padecimiento pueden crear resistencia a estos medicamentos. (Resistencia significa que el medicamento deja de tener efecto.) Los proveedores de cuidado médico deben usar varios de estos medicamentos al mismo tiempo, lo que se llama un tratamiento combinado, para impedir que el virus se duplique. Los efectos secundarios ocasionados por el medicamento son otro problema. Estos efectos pueden variar ampliamente de persona a persona. Algunas personas pueden tener efectos secundarios graves, incluyendo la muerte, y es posible que tengan que suspender o cambiar el tratamiento.

Otro tipo de tratamiento llamado *terapia antirretroviral altamente activa* o *TAAA*, ha mejorado enormemente la salud de muchas personas con SIDA. Ésta puede disminuir la presencia del virus en la sangre del individuo a niveles tan bajos que es difícil detectarlos con una prueba de sangre. Esto puede significar un alivio de los síntomas y de las IO, y un incremento en la calidad de vida de las personas con SIDA. También existen tratamientos para las IO y el cáncer.

## ¿Qué puedo hacer para evitar contraer el VIH?

No existe cura ni vacuna contra la infección del VIH y el SIDA. Es una condición que requiere tratamiento para toda la vida. Por eso es tan importante evitar contraerla en primer lugar. A continuación encontrará algunas formas para evitar contraer el VIH:

- La mejor forma de prevenir el VIH o una ETS es practicar la abstinencia (no tener relaciones sexuales.) Retrasar el momento de tener relaciones sexuales por primera vez es otra forma de reducir las probabilidades de contraer una ETS. Los estudios demuestran que entre más jóvenes sean las personas cuando tengan relaciones sexuales por primera vez, mayores serán las probabilidades de que contraigan una ETS. El riesgo de contraer una ETS también se incrementa con el tiempo, a medida que aumenta el número de parejas sexuales de una persona.
- Tener una relación sexual con una pareja que no tenga ninguna ETS en la que ambos sean fieles (significa que las dos personas no tengan relaciones sexuales con nadie más.)
- Tener “sexo seguro.” Esto significa protegerse con un condón CADA vez que tenga sexo vaginal, anal u oral.

Si tiene sexo vaginal use un condón masculino de látex o un condón femenino de poliuretano. Para el sexo anal use un condón masculino de látex. Si es necesario, utilice lubricantes basados en agua con los condones masculinos o femeninos. Para el sexo oral use una *barrera dental*, un dispositivo utilizado por los dentistas y hecho de un material parecido al caucho, el cual colocará sobre la abertura de la vagina antes tener este tipo de sexo. Si no tiene una barrera dental, usted puede cortar un condón masculino no lubricado y abrirlo y colocarlo sobre la abertura de la vagina.

Aun cuando pueda resultarle incómodo, hable con su proveedor de cuidado médico si no sabe cómo usar un condón masculino o femenino. La principal razón por la cual no funcionan los condones es porque se utilizan incorrectamente.

- Tenga en cuenta que los condones no proporcionan una protección total contra de las ETS. Sin embargo, disminuyen las probabilidades de contraer una ETS. Sepa también que los otros métodos anticonceptivos como las píldoras anticonceptivas, inyecciones, implantes o diafragmas no le protegen contra las ETS. Si usa alguno de estos métodos, asegúrese de usar un condón cada vez que tenga relaciones sexuales.
- Limite su número de parejas sexuales. El riesgo de contraer el VIH aumenta con el número de parejas que tenga.
- No use duchas vaginales. Las duchas eliminan algunas de las bacterias normales de la vagina que le protegen contra las infecciones. Esto puede aumentar el riesgo de contraer el VIH.
- Aprenda cómo hablar con su pareja sobre las ETS y el uso de condones. Es su decisión asegurarse de estar protegida. Las organizaciones incluidas en la sección “Para obtener más información” al final de estas Preguntas Frecuentes ofrece consejos para hablar con su pareja. También puede hablar sobre esto con su proveedor de cuidado médico.
- Cuando usted es sexualmente activa, especialmente cuando tiene más de una pareja, sométase a exámenes regulares de detección de ETS. Estas pruebas pueden hacerse durante un examen. Y, entre más pronto se detecte una ETS, más fácil será tratarla.

- Conozca los síntomas comunes del VIH y de otras ETS. Busque ayuda médica de inmediato si cree que puede tener el VIH u otra ETS.
- Si sus resultados son VIH positivo y está embarazada, usted puede disminuir las probabilidades de transmitirle el VIH a su bebé tomando el medicamento AZT durante el embarazo, trabajo de parto y alumbramiento, y dándole a su bebé este mismo medicamento durante sus primeras 6 semanas de vida.
- Recuerde que el VIH es una enfermedad de por vida. Cuando usted tiene el VIH, podría haber períodos en los que no presente síntomas. Sin embargo, aún puede transferirle el virus a otra persona. Si tiene el VIH necesita decírselo a sus parejas sexuales, para que éstos puedan hacerse la prueba.

## ¿Cuál es la investigación más reciente sobre el VIH y el SIDA?

Los Institutos Nacionales de Salud conducen investigaciones sobre el VIH que incluyen probar vacunas contra el VIH y tratamientos con nuevos medicamentos, así como estudiar la forma en que el VIH daña el sistema inmune. Los investigadores están probando cremas, geles y películas (llamadas *microbicidas*) que pueden ser usadas en la vagina y el recto durante la relación sexual para prevenir la infección del VIH. También están estudiando el papel que juegan las ETS en la infección del VIH, la forma en que las personas cambian sus comportamientos para evitar contagiarse con el VIH, y maneras de evitar que la mujer embarazada le transmita el VIH a su bebé. Algunas mujeres están participando en ensayos clínicos del SIDA en todo el país. Los ensayos están estudiando las señales de infección del VIH y el SIDA en mujeres, y cómo se transmite el VIH a los bebés.

## Para obtener más información...

Puede obtener más información acerca de la infección del VIH y el SIDA, comunicándose con el Centro Nacional de Información sobre la Salud de la Mujer al (800) 994-9662 ó las organizaciones siguientes:

### **Instituto Nacional de Alergias y Enfermedades Infecciosas**

Número(s) telefónico(s): (800) 448-0440

Dirección en Internet: <http://www.niaid.nih.gov>

### **Centro Nacional para la Prevención del VIH, Enfermedades de Transmisión Sexual y Tuberculosis**

Número(s) telefónico(s): (888) 232-3228

Dirección en Internet: <http://www.cdc.gov/nchstp/od/nchstp>

### **Servicio de Información sobre Ensayos Clínicos del SIDA**

Número(s) telefónico(s): (800) 874-2572

Dirección en Internet: <http://www.actis.org>

### **AIDSinfo**

Número(s) telefónico(s): (800) 448-0440

Dirección en Internet: <http://www.aidsinfo.nih.gov/>

**Red Nacional de Información sobre la Prevención**

Número(s) telefónico(s): (800) 458-5231, (800) 243-7102

Dirección en Internet: <http://cdcpin.org>

**Línea directa del SIDA y los CDC nacionales**

Número(s) telefónico(s): (800) 342-2437

Dirección en Internet: <http://www.ashastd.org/nah/>

**Federación de Planificación Familiar de los Estados Unidos**

Número(s) telefónico(s): (800) 230- PLAN

Dirección en Internet: <http://www.plannedparenthood.org>

Estas Preguntas Frecuentes fueron elaboradas a partir de la hoja de información del Instituto Nacional de Alergias y Enfermedades Infecciosas y los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades.

Todo el material contenido en las Preguntas Frecuentes carece de restricciones de derechos de autor, y puede copiarse, reproducirse o duplicarse sin permiso del Departamento de Salud y Servicios Humanos, Oficina de Salud de las Mujeres. Se agradecerá citar las fuentes.

*Octubre de 2002*